

دفتر تحضير

التربية الرياضية

[رياض الاطفال]

إعداد

....

معلـــم التربيـــة الرياضـــية




دفتر تحضير مرحلة رياض الاطفال

إعداد

محمد مصطفى حمدى غلوش

معلم التربية الرياضية

إدارة الرياض التعليمية & محافظة كفر الشيخ



https://www.facebook.com/M.Ghalwash1988

https://t.me/mawso3aegypt




إدارة .... التعليميــــــــــــــة
روضـــــــــــــــة ....
توجيـــــــــة التربيـــــــة الرياضـــــــية

النشـاط الرياضـي
العـام الدراسـي ٢٠ \ ٢٠

محضر فتح دفتر

إنه فى يوم .... الموافق .... \ .... \ .... م تم فتح دفتر تحضير مادة التربية الرياضية بحضور كلا من

الإســـم	الوظيفة	التوقيع
١.		
٢.		
٣.		

وقد تم ترقيم الدفتر من رقم ( ) إلى رقم ( ) وتم ختمه كاملا بختم الروضة .

معلم التربية الرياضية
أ . ...

مدير الروضة
أ . ...

إدارة .... التعليميـــــــــــــــة
روضـــــــــــــــة ....
توجيـــــــــــــة التربيـــــــــة الرياضـــــــــية

النشـاط الرياضـي
العـام الدراسـي ٢٠ \ ٢٠

جـــــــــدول الحصـــــــــص

الفترة	الأولى		الثانية		الثالثة		الرابعة	
الحصة	الاولى	الثانية	الثالثة	الرابعة	الخامسة	السادسة	السابعة	الثامنة
السبت								
الاحد								
الاثنين								
الثلاثاء								
الاربعاء								
الخميس								

مواعيـــــــــد الحصـــــــــص

الحصة	الفترة	من		الى		المدة
التابور						
الاولى	الأولى					
الثانيه						
الثالثه	الثانية					
الرابعه						
الفسحه						
الخامسه	الثالثة					
السادسه						
السابعه	الرابعة					
الثامنة						

معلم التربية الرياضية
أ . ...

مديرالروضة
أ . ...

إدارة .... التعليميـــــــــة
روضـــــــــة ....
توجيـــــــة التربيـــــــة الرياضـــــــية

النشـاط الرياضـي
العـام الدراسـي ٢٠ \ ٢٠

بيانـــــات معلـــــم التربيـــــة الرياضـــــية

اسم المعلم				صورة المعلم
العنوان				
الرقم القومى		كود المعلم		
تاريخ الميلاد		تليفون		
الحاله الاجتماعية		عدد الابناء		
الوظيفة				
المؤهل		التقدير		
الجامعه				
الدورات التى حصل عليها				

إدارة .... التعليمية
روضة ....
توجيه التربية الرياضية

النشاط الرياضي
العام الدراسي ٢٠ \ ٢٠

إحصائية بعدد طلاب التربية الرياضية

الصف الدراسى	عدد الفصول	عدد التلاميذ	عدد الحصص	ملاحظات
المستوى الاول				
المستوى الثانى				
الإجمالى				

إحصائية بعدد ملاعب وأجهزة التربية الرياضية

الملاعب الرياضية					
م	الملعب	قانوني	غير قانوني	مشترك	الملاحظات
١					
٢					
٣					
٤					
٥					
٦					

أدوات وعهدة التربيه الرياضية					
م	الصنف	العدد	صالحه	غير صالحه	ملاحظات
١					
٢					
٣					
٤					
٥					
٦					

الأهــــــداف العامــــــة للأنشـــــــطة الرياضـــــية

١. أن يكون لدى التلميذ مهارات عمليه تسهم في تنميتها جميع مجالات الفنون و الأنشطه التربويه .
٢. أن يستثمر التلميذ المهارات في تنميه هوايات تناسبه لشغل وقت فراغه بما يسهم في مساعدته على المتعه والبهجه والمرح والبعد عن الإنحرافات في المستقبل .
٣. أن يستثمر التلميذ المهارات التى يكتسبها من المجالات والأنشطه في أعماله ويوظفها في القيام بأعمال بسيطه لازمه في حياتنا اليوميه .
٤. أن يمارس التلميذ نشاطا رياضيا سويا من خلال العمل الجماعى ويتحمل مسئوليه الدور الذى اختاره .
٥. أن يكتسب التلميذ العديد من القيم الأخلاقيه الإيجابيه .

الأهداف العامة للأنشطة الرياضية في المرحلة الابتدائية

تمشيا مع الفلسفه العامه لتطوير التعليم تحقيقا لتكامل العمليه التربويه . تهدف التربيه الرياضيه المدرسيه للمرحله الإبتدائيه إلى :

١. تنميه الإتجاهات ناحيه ممارسه الأنشطه الرياضيه .
٢. رفع المستوى البدنى للتلاميذ .
٣. تعريف ببعض المهارات الأساسيه لبعض الألعاب الرياضيه .

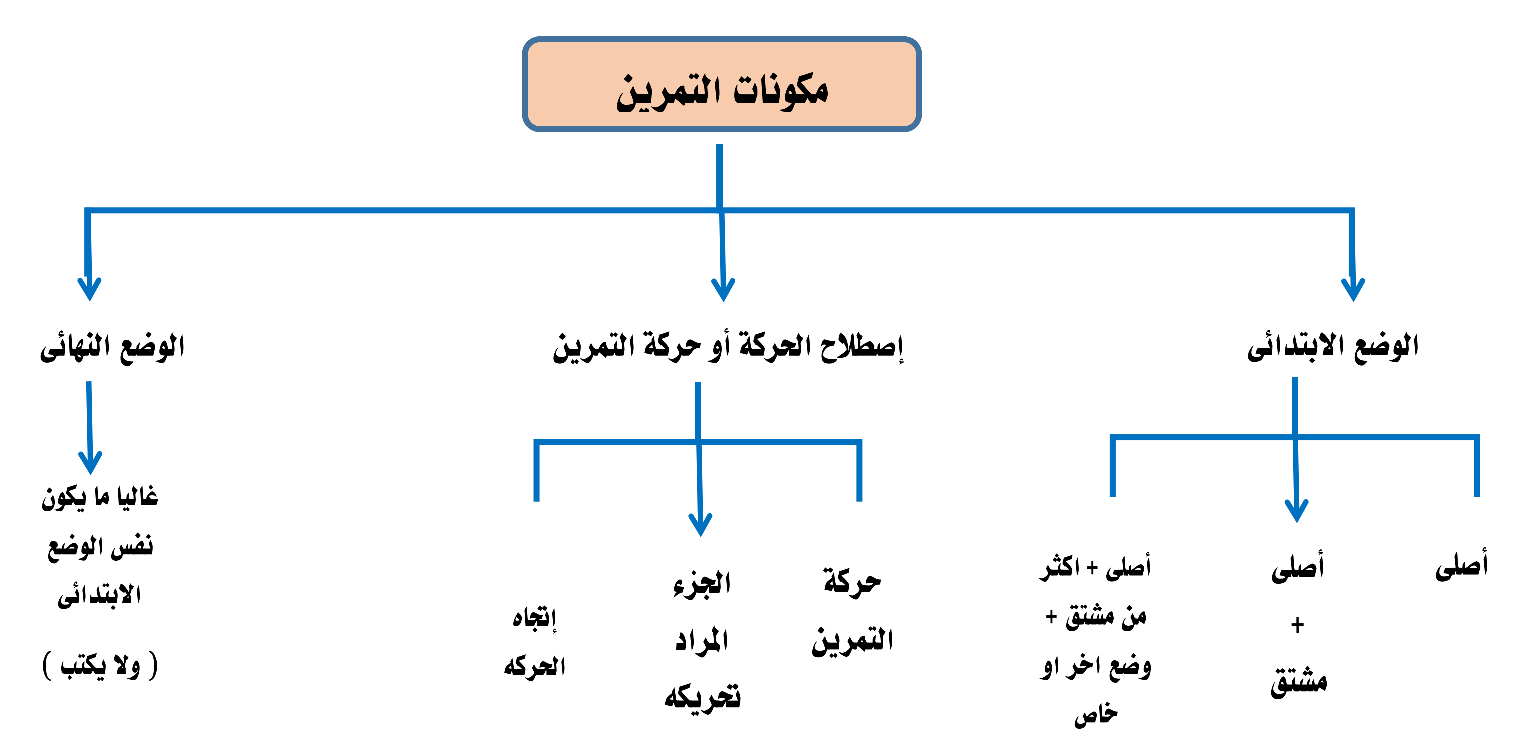
كما تشهد المرحله المقبله اهتماما متزايد بالتربيه الرياضيه المدرسيه لأنها الجزء المكمل للتربيه المتكامله للتلميذ ، زمن خلال الممارسه الفعليه لأهداف التربيه الرياضيه حيثتكمل الأهميه فيما يلى :-

- غرس العادات الصحيه والقواميه السليمه للوقايه من العادات الخاطئه .
- تنميه الصفات البدينه والمهارات الطبيعيه لتحقيق مستوى اللياقه البدنيه العمه .
- اكتساب التوافق الأولى للمهارات الحركيه .
- اكتساب القدرات الفرديه الخاصه وتوجيهها ورعايه المتمزين .
- إشباع الميول و الأحتياطات في إطار من التوجيه السيلم .
- تنميه الثقافه الرياضيه واحساس بالمجال الحركى من خلال الممارسه الفعليه للنشطات .
- الأهتمام بالروح الرياضيه من خلال الممارسه السليمه للأنشطه الرياضيه .
- الإهتمام بالجانب الترويحى من خلال الدرس والأنشطه المكمله له .
- اكساب اللوك الإجتماعىوالقيم الخلقيه مثل الثقه بالنفس وتحمل المسؤليه والتعاون والروح الرياضيه .
- رعايه التلاميذ ذو القدرات الخاصه وذوى الإحتياجات الخاصه (المعوقين)

ومن خلال تلك الأهداف السابقه يكتسب التلميذ الجوانب المعرفيه التى تنمى الجوانب المهاريه في ظل الأهداف الوجدانيه ، وكل يحقق الغايه المطلوبه لصالح التلميذ والمجتمع

طريقة كتابة التمرينات

طريقة كتابة التمرينات الفردية بدون ادوات :





❖ ويتبين من الشكل السابق أن التمرين يتكون من ثلاثة أجزاء رئيسية وهى :

١. **الوضع الابتدائى :** هو الوضع الذى يبدأ منه حركة او حركات التمرين .
٢. **اصطلاح حركة التمرين :** هو الجزء الرئيسى الذى يتكون منه التمرين والمعبر عن حركة التمرين .
٣. **الوضع النهائى :** هو الوضع الذى يتخذه الجسم عقب الانتهاء من اداء حركة التمرين .

أولا كتابة الوضع الابتدائى :

يعرف الوضع الابتدائى بأنه "الشكل الذى يتخذه الجسم قبل أداء حركة من الحركات وتبدأ من التمرين .. ويكتب بين قوسين كبيرين (..................) وهو إما ان يكون :

أ. **وضع أصلى (أساسى)** فقط مثل : (وقوف _ جلوس _ رقود _ تعلق _ انبطاح _ جثو)
ب. **وضع مشتق من الوضع الاصلى (الاساسى)** مثل : (إنحناء _ اقعاء _ جلوس طويل)
ج. **وضع اصلى + مشتق** مثل : (وقوف • انثناء) (جلوس . الذراعان عاليا) (جثو . لمس الرقبة)
د. **وضع أساسى + أكثر من وضع مشتق** ويكتب في هذه الحالة كما يلى : (الوضع الأصلى . الوضع المشتق للرجلين . الوضع المشتق للذاعين . المشتق للجذع) : (وقوف . فتحا . الذراعين جانبا .ميل)
ه. **اوضاع لها تسميتها الخاصه** مثل : (وقوف على أربع) – (جثو افقى) – (جلوس الركوب)

ثانيا : كتابة حركة أو حركات التمرين :

تكتب حركة او حركات التمرين بعد الوضع الابتدائى مباشرة وهى صلب التمرين إذ ان النشاط الحركى الذى يقوم به الجسم يتكون اما من حركة واحده (لمجموعه عضلية واحدة) او عده حركات (لمجموعه عضليه مختلفه)

مكونات اصطلاح حركة أو حركات التمرين :

يتكون اصطلاح حركة أو حركات التمرين من ثلاثة اجزاء بالترتيب الاتى :

أ. **حركة التمرين** : مثل (رفع – خفض – ثنى – مد – ميل – لف – مرجحه – دوران – تقوس – تحريك ..)

ب. **الجزء المراد تحريكه** : وهو اى جزء من اجزاء الجسم يتحرك لاداء التمرين مثل (الذراعين – الجذع – الرجلين – الراس ... الخ

ج. **اتجاه الحركة** : هو الاتجاه الذى يسلكه العضو او الجزء المراد تحريكه مثل " اماما – جانبا – خلفا – اماما عاليا – مائلا اسفل ... الخ

ثالثا : كتابة الوضع النهائى :

الوضع النهائى هو الوضع الذى ينتهى فيه التمرين وعاده لايكتب هذا الوضع لانه نفس الوضع الابتدائى الذى بدأ منه التمرين الا اذا كان وضعا مختفا وابتدائيا لتمرين آخر .

<table>
<tr><th colspan="3">أمثلة لكيفية كتابة التمرين ومكوناته</th><th>رسم توضيحى</th></tr>
<tr><td colspan="3">مثال(١) : (وقوف) رفع الذراعين أماماً .</td><td rowspan="6"></td></tr>
<tr><td>(وقوف)</td><td colspan="2">الوضع الابتدائى الاصلى او الاساسى</td></tr>
<tr><td>رفع</td><td>حركة التمرين</td><td rowspan="3">إصطلاح التمرين</td></tr>
<tr><td>الذراعين</td><td>الجزء المراد تحريكه</td></tr>
<tr><td>أماماً</td><td>إتجاه الحركة</td></tr>
<tr><td colspan="3">الوضع النهائى لا يكتب لانه نفس الوضع الابتدائى</td></tr>
<tr><td colspan="3">مثال (٢) : (وقوف . الذراعين اماما) ثنى الركبتين كاملاً</td><td rowspan="6"></td></tr>
<tr><td>(وقوف . الذراعين اماما)</td><td colspan="2">الوضع الابتدائى الاصلى + مشتق</td></tr>
<tr><td>ثنى</td><td>حركة التمرين</td><td rowspan="3">إصطلاح التمرين</td></tr>
<tr><td>الركبتين</td><td>الجزء المراد تحريكه</td></tr>
<tr><td>كاملاً</td><td>إتجاه الحركة</td></tr>
<tr><td colspan="3">الوضع النهائى لا يكتب لانه نفس الوضع الابتدائى</td></tr>
</table>





ريــــاض الاطفـــال

الفصل الدراسى الاول

توزيع منهج مادة التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

للعام الدراسى -

الشهر	اسم الوحده	الاسبوع	المحتوى	النشاط
أكتوبر	أنا	الاول	الدرس الاول : انا بطل	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول : تمرينات محاكاه النشاط الثانى : العاب حركية متنوعة النشاط الثالث : قصة الجندى البطل النشاط الختامى : لعبة السيارات
		الثانى	الدرس الثانى : انا شجاع	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول :سؤال وجواب النشاط الثانى : حيوانات وطيور صديقة الفلاح النشاط الثالث : قصة الفلاح الشجاع النشاط الختامى :لعبة احفظ مكانك
		الثالث	الدرس الثالث : انا قائد	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول :العب مع الحيوانات والطيور والاشجار النشاط الثانى : صديقى العزيز النشاط الثالث : قصة مساعدة الضعفاء النشاط الختامى : لعبة تبادل الاماكن
		الرابع	الدرس الرابع : انا قوى	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول :رمى ولقف الكرة النشاط الثانى : العصا السحرية النشاط الثالث : قصة رحلة صيد الامير النشاط الختامى : لعبة كرة النداء
نوفمبر		الخامس	الدرس الخامس : انا رائد فضاء	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول :صديقتى النشاط الثانى : تنطيط الكرة النشاط الثالث : قصة رحلة الى القمر النشاط الختامى :لعبة اتبع الدليل
		السادس	الدرس السادس : انا الفائز	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول : الاتزان الزحلقة الوثب الحجل النشاط الثانى : العاب الكرة النشاط الثالث : نشاط متنوع النشاط الختامى : لعبة الفيل يطير

تابع توزيع منهج مادة التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

للعام الدراسى -

الشهر	اسم الوحده	الاسبوع	المحتوى	النشاط
ديسمبر	العالم من حولى	الاول	الدرس الاول : مع الطبيعة	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول : رحلة الى الطبيعة النشاط الثانى : المشى على الحبل النشاط الثالث : نقطة المياة النشاط الختامى : تمرينات تهدئة واسترخاء
		الثانى	الدرس الثانى : الطائر المتزن	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول : قلد المرآه النشاط الثانى : المضرب والبالون النشاط الثالث : الجرى الزجزاجى النشاط الختامى : تمرينات تهدئة واسترخاء
		الثالث	الدرس الثالث : عالمى الصغير	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول : الغذاء المفيد النشاط الثانى : الديك ديكان النشاط الثالث : شمس قمر نجوم النشاط الختامى : تمرينات تهدئة واسترخاء
		الرابع	الدرس الرابع : البيئة من حولى	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول : الكور الملونه النشاط الثانى : صيد الحمام النشاط الثالث : الصيف والشتاء النشاط الختامى : تمرينات تهدئة واسترخاء
يناير		الخامس	الدرس الخامس : مهننا الجميلة	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول : التدريبات الشقيه النشاط الثانى : المهن النشاط الثالث : ارض - هواء - ماء النشاط الختامى : تمرينات تهدئة واسترخاء
		السادس	الدرس السادس : نحن المتفوقون	النشاط التمهيدى : تدريبات متنوعة للاحماء النشاط الاول : جو - بر - بحر النشاط الثانى : القطار - الطيارة النشاط الثالث : حديقة الحيوان النشاط الختامى : تمرينات تهدئة واسترخاء

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

المرحلة	رياض اطفال	الاسبوع	الاول	المحور	من اكون ؟
إسم الدرس	انا بطل			الدرس	١

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يؤدى الحركات الاساسية من خلال الفراغ الشخصى باتجاهاته المختلفة من الثبات والحركة بادوات وبدون اداوات
٢	يمارس عادات قوامية سليمة تقيه من تشوهات القوام
٣	يتقبل ذاته من خلال ممارسة النشاط الحركى - يتحرك فى مسارات باتجاهات مختلفة

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	اطواق - كرات ملونه - عصى بلاستيك ملونه - اقماع ملونه
	الإحماء	تدريبات متنوعة للاحماء : المشى العادى فى اتجاهات مختلفة اماما وخلفا وجانبا - المشى السريع - المشى البطئ حول الاطواق على الارض - الجرى العادى للخلف - الجرى بخطى قصيرة وطويله - الوثب عاليا مع قطع مسافة للامام لتخطى عصى على الارض - الوثب فى المكان عدة مرات - الحجل فى المكان عدة مرات على القدم اليمنى ثم القدم اليسرى - الحجل فى دائرة	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	تمرينات محاكاه : يقوم الطفل بتقليد ما يلى :- الطائرة : (وقوف فتحا – الذررعان عاليا) المشى والجرى اماما مع ميل الجذع على الجانبين بالتبادل الساعة : (جلوس تربيع – الذراعان جانبا) ثنى الراس على الجانبين بالتبادل المروحه : (وقوف الذراعان جانبا) تحريك الذراعان حركة دائرية الميزان : (وقوف فتحا – الذراعان عاليا) ثنى الجذع على الجانبين بالتبادل	
	النشاط الثانى	العاب حركية متنوعة : مشاركة الاطفال فى اداء بعض الحركات الاساسية التاليه (تؤدى مع الايقاع) المشى بمصاحبة ايقاع الطبل حول الملعب او الغرفة : المشى اماما ثمانى عدات والرجوع ثمانى عدات المشى بمصاحبة الموسيقى : الجرى ثم الوقوف على قدم واحده عند ايقاف الموسيقى الوثب : الوثب مع الزميل – الوثب فى المكان مع رفع الركبتين الحجل : تبادل الحجل بين القدمين بتنوع العدات على القدم اليمنى والقدم اليسرى	
	النشاط الثالث	قصة الجندى البطل : الجندى يستيقظ مبكرا (رقود) رفع الجذع اماما ثم مد الركبتين كاملا للوقوف الجندى يغسل وجهه (وقوف فتحا) ثنى الجذع اماما اسفل ثم رفع اليدين امام الوجه الجندى يرتدى ملابسه العسكرية (وقوف) تبادل ثنى الركبتين نصفا ثم مد الذراعين جانبا الجندى فى مكان التدريب (وقوف) المشى اماما مع تحريك الذراعين اماما خلفا بالتبادل	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (١٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (١٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

المستوى	رياض اطفال	الاسبوع	الثانى	المحور	من اكون ؟
إسم الدرس	انا شجاع			الدرس	٢

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يمارس انشطة تدعم التحكم فى العضلات الصغيرة بطلاقة - يؤدى الحركات التوافقيه المرتبطه بالنشاط
٢	يظهر القدرة على حل بعض المشكلات البسيطه من خلال النشاط الحركى
٣	يمارس العاب مختلفة لتحديد اجزاء الجسم – يؤدى انشطه حركية متنوعة تعبرعن المهن كالفلاح – النجار - السباك

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	كرات ملونه - عصى ملونه - صناديق ملونه - اقماع او رماح ملونه بلاستيكيه - كرات طبيه - صولجانات
	الاحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** قسم الاطفال لاداء بعض الحركات غير الانتقاليه (السحب والدفع – المد والثنى - المرجحه والتارجح – الحجل - المرجحه) وقوف كل طفل امام زميله بينهما خط مرسوم على الارض يمسك بيده اليمنى كالمصافحه - اطلب من كل طفلين معا يمسك كل منها بيد زميله ثم يسحب كل منهما الاخر	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**سؤال وجواب :** وقوف الاطفال انتشار حر فى الفناء او القاعه يقوم المعلم بطرح بعض الاسئلة ليجيب عنها الاطفال – تخيل انا امامك شجرة من التفاح . فكيف تقطف التفاح من الشجرة ؟ تخيل انك تتحرك كما لو كنت تصعد سلما خشبيا ؟ هل يمكنك فرد جسمك كما لو كنت استك ؟ كيف تستطيع فرد جسمك كما لو كنت شخص كبير ؟	
	النشاط الثانى	**حيوانات وطيور صديقة الفلاح :** وقوف الاطفال فى ست قاطرات وتحمل كل قاطرة اسم حيوان (الارنب - الحمام - الغراب وهكذا) اطلب من كل قاطرة اداء الحركة لهذا الاسم - الارنب (وقوف) الوثب اماما مع رفع الذراعين اماما ومد الركبتين - الحمام (جلوس على اربع) رفع الذراعين جانبا وارجحتها عاليا اسفل كاجنحة الحمام - الديك (جلو س على اربع) ثنى الرأس اماما ثم رفع الذراعين جانبا	
	النشاط الثالث	**قصة الفلاح الشجاع :** احك لاطفالك قصة الفلاح الشجاع تعالو نذهب لزيارة الفلاح الشجاع - التجمع والمشى نحو الحقول (الوقوف) المشى-اماما - مواجهة قناة المياه لعبورها (وقوف – الذراعان جانبا) الوثب اماما بالقدمين لتخطى صناديق بلاستك ملونه - الاسراع لمشاهدة الفلاح الشجاع (وقوف) الجرى اماما بسرعة - يروى الاشجار لكى تنمو (وقوف) رفع الذراعين اماما عاليا بالتبادل	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــراج		
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء			
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول			
	النشاط الثانى			
	النشاط الثالث			
الجزء الختامى (٢٠ق)				
تقيم الدرس		يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

الصف	رياض اطفال	الاسبوع	الثالث	المحور	من اكون ؟
إسم الدرس	انا قائد			الدرس	٣

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يمارس انشطة تظهر التحكم فى العضلات الكبيرة مثل (الجرى – الحجل - التزحلق – الوثب -)
٢	يستخدم اجزاء جسمه فى جوانب حركية متنوعة – يمارس العادات الصحية السليمه بصفة مستمرة
٣	يضبط انفعالاته فى مواجهة المواقف المختلفة - يشارك اعمال النظافة فى القاعة والمدرسة

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	مقاعد سويدى - اكياس رمل - ادوات ايقاعية ملونه
	الاحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** المشى للامام على مقعد سويدى او خط مرسوم على الارض مع رفع الذراعين جانبا والظهر مستقيم - تكرار النشاط السابق مع حمل كيس من الرمل او كتاب على الرأس – المشى للخلف على مقعد سويدى او خط مرسوم على الارض - الوقوف على قدم واحده مع رفع القدم الاخرى عاليا	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**العب مع الحيوانات والطيور والاشجار :** وقوف الاطفال فى قاطرات بحيث يقوم الطفل بتقليد ما يلى : صوت المطر : (وقوف) الجرى السريع فى المكان مع الضرب باليد على الفخذين قطف البرتقال (وقوف) رفع الذراعين عاليا مع رفع العقبين عن الارض للوقوف على المشطين ثم خفض الذراعين اسفل - نمو الاشجار (جلوس على اربع) مد الركبتين ببطء مع رفع الذراعين اماما عاليا والوقوف على المشطين	
	النشاط الثانى	**صديقى العزيز :** وقوف الاطفال فى دائرتين متداخلتين باتجاه معاكس لعقارب الساعة بحيث يمسك كل طفل بيد زميله - (١-٢) كل زميل يواجه زميله وينحنى له احتراما (١-٨) المشى١٦ خطوه للامام مع مرجحة الذراعين للامام والخلف بالتبادل (٩-١٦) متابعة التحرك باتجاه عقاب الساعة مع الوثب ١٦ وثبه ومرجحة الذراعين – التصفيق باليدين ثم باليد اليمنى مع الزميل ويكرر	
	النشاط الثالث	**قصة مساعدة الضعفاء :** احك للاطفال قصه الشاب الطيب الذ لا قام بمساعدة الرجل العجوز : الشاب يسير فى الطريق بنشاط (وقوف) المشى اماما بسرعة على المشطين - شاهد العجوز يحميل حقيبه (وقوف - انثناء – انحناء) المشى اماما او فى المكان مع ثنى الراس اسفل - الشاب يسرع ليساعد الرجل (الوقوف) الجرى فى المكان اواماما	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

المستوى	رياض اطفال	الاسبوع	الرابع	المحور	من اكون ؟
إسم الدرس	انا قوى			الدرس	٤

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يؤدى المهارات الحركية الاساسية من خلال السيطرة والتوازن والقوه
٢	يمارس انشطة تدعم التحكم فى العضلات الصغيرة بطلاقة
٣	يتعرف الغذاء والشراب المناسب من اجل جسم سليم – تنمى لديه عناصر اللياقة البدنية لتمكنه من ممارسة النشاط

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (١٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس – حصر الغياب	عصى للونه – كرات ملونه – اكياس رمل
	الاحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** وقوف الطلاف فى اربعة مجموعات لكل مجموعة جزء من الفناء خاص بها – وضع مجموعة من الكرات لكل مجموعة – تحديد لون الكرت لكل مجموعة – عند اشارة البدء يقوم كل مجموعة بجمع الكرات الخاصه بهم – المجموعة التى تجمع اكبرعدد من الكرات تكون الفائزة .	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**رمى ولقف الكرة (خد وهات)** كل طفل يقوم بمسك كرة واداء التمرينات الاتيه : رمى الكره مسافة متر واحد فى الهواء ولقفها باليدين – رمى الكرة مسافه اعلى قليلا – التصفيق مره قبل لقف الكرة – التصفيق اماما وخلفا قبل لقف الكرة – اداء نصف لفه بالجسم قبل لقف الكرة – الرمى والقف مع المشى.فى اتجاهات مختلفه – رمى الكرة الى الحائط ولقفها باليد	
	النشاط الثانى	**العصا السحرية :** جلوس الاطفال على الارض مع تقاطع الساقين (جلوس تربيع) مسك عصا باليد اليمنى من طرفها العلوى بجانب الجسم والطرف الاخر يلامس الارض – ضرب العصا بالارض بتوقيت منتظم (١-٢-٣-٤) ويكرر اربع مرات – ضرب العصا بالجانب (١) ثم بين الركبتين (٢) ثم الجانب الاخر (٣) ثم بالمنتصف (٤) بتوقيت منتظم (١-٢-٣-٤) تؤدى الحركات السابقة باليد اليسرى	
	النشاط الثالث	**قصه رحلة صيد الامير :** احك مع اطفالك قصة الاميرالذى يدافع دائما عن المظلومين ويرد الحق لاصحابه : يقوم الاميرمن الفراش (رقود) ثنى الجذع اماما عاليا ثم الجلوس على المقعد ثم ثنى الركبتين ثم الوقوف على القدمين – يرتدى الاميرملابسه (وقوف) ثنى احدى الركبتين بالتبادل ثم رفع الذراعين جانبا – صيد الاميرللارنب (الطعن) طعن القدم اليمنى او اليسرى جانبا ورفع الذراعين امام الجسم	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية – الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

الصف	رياض اطفال	الاسبوع	الخامس	المحور	من اكون ؟
إسم الدرس	انا رائد فضاء			الدرس	٥

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يمارس الانشطه والمهارات الحركية الملائمه لنموه وعمره
٢	يحافظ على صحته ونظافته الشخصية - يتعرف قواعد الامن والسلامه اثناء ممارسة النشاط الحركى
٣	يشارك فى انشطه حركيه تنمى النواحى الايجابيه نحو ممارسة النشاط الحركى - يضبط انفعالاته فى مواجهه المواقف

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	اطواق ملونه مختلفة الأحجام - مقعد سويدى - موسيقى
	الأحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** اطلب من الاطفال المشى حول الملعب - الجرى حول الملعب - وقوف انتشار حر فى الملعب التحرك عكس الاشارة - ثم الجرى عكس الاشارة ثم الحجل عكس الاشارة	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**حديقتى :** اطلب من الاطفال اداء الحركات الاتيه : نمو الاشجار (جلوس على اربع) مد الركبتين ببطء مع رفع الذراعين اماما عاليا والوقوف على المشطين - السير للحديقة (الوقوف) المشى للامام مع الغناء والتصفيق والدبدبه ارفع راسك بناء جوانب احواض الزهور : (اقعاء) ثنى الجذع اماما وجانبا مع تحريك الذراعين جانب الجسم اماما ثم تحريك الجذع للامام مع تحريك الذراعين اماما - رى الحديقة (وقوف) ثنى الجذع اماما وتحريك اصابع اليد فى حركة دائرية ثم مد الجذع عاليا ولفه مع رفع الذراعين معا اماما - جانبا – عاليا	
	النشاط الثانى	**تنطيط الكرة :** وقوف الاطفال انتشار حر فى الملعب وكل طفل ممسك بكرة - اطلب منهم تنطيط الكرة وارتدادها على الارض حسب توقيت منتظم بمصاحبة الموسيقى - اداء الخطوه السابقة مع المشى اماما فى دائرة - يقلد الاطفال حركة ارتداد الكرة بمصاحبة الموسيق – تغير سرعة ضرب الكرة باليد من توقيت سريع منتظم الى توقيت بطىء منتظم	
	النشاط الثالث	**قصه رحلة الى القمر :** اطلب من الاطفال تخيل انهم رواد فضاء وعليهم الصعود القمر (وقوف الذراعين عاليا) الجرى اماما مع الوثب عاليا - انطلاق السفينه الى الفضاء (وقوف فتحا – انثناء) لف الجذع مع مد الذراعين عاليا - الهبوط على سطح القمر (وقوف) ثنى الركبتين كاملا مع رفع الذراعين جانبا ببطء - افتح ابواب السفينه وقوف الذراعين اماما) قذف الذراعين جانبا – رفع علم مصر على سطح القمر (وقوف فتحا الذراعان عاليا) تبادل ثنى الذراعين على الصدر - عوده السفينه الى الارض (وقوف الذراعين عاليا) ثنى الركبتين والذراعين كاملا	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

المستوى	رياض اطفال	الاسبوع	السادس	المحور	من اكون ؟
إسم الدرس	انا الفائز			الدرس	٦

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يؤدى بعض المهارات الحركية التى تلعمها فى المحور (انشطه - التوزان - الزحلقة - الوثب - المد - الثنى – الدروان)
٢	يؤدى نشاط مركب لبعض مهارات رمى ولقف الكرة
٣	يشارك فى انشطه حركيه تنمى النواحى الايجابيه نحو ممارسة النشاط الحركى

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	ادوات ملونه (كرات - عصى - اقماع - صولجانات)
	الاحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** المشى حول الفناء - الجرى حول الفناء - المشى والجرى فى اتجاهات حرة وعند الاشارة كل طفلين عمل دائرة - الوثب لاعلى اكبرعدد المرات	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**الاتزان - الزحلقه - الوثب - الحجل :** يقف الطفل على قدم واحده والعينان مغلقتان لمدة خمس ثوان ثم تدبيل القدمين يثب الطفل بالقدمين معا لاعلى الحجل على قدم واحده ست مرات متتاليه - الزجلقه للجانب لمسافة ٤ م	
	النشاط الثانى	**العاب الكرة :** وقوف الاطفال صفين مواجه على مسافة ١متر ومع كل طفل كره عند الاشارة يقوم كل طفل بتمرير الكرة فيما بينهم عدة مرات (رمى ولقف الكرة)	
	النشاط الثالث	**نشاط متنوع :** وقوف الاطفال فى قاطرة - يبدا الطفل الاول بالجرى والوثب داخل الاطواق مع الثنى والمد ثم الوثب فى الطوق الثانى ثم الثنى والمد ثم الثالث وهكذا - الجرى مع الدوران حول الاقماع حتى الوصول لاخر قمع - الجرى والوقوف اخر القاطرة - يكرر الاداء لباقى الاطفال	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

الصف	رياض الاطفال	الاسبوع	السابع	المحور	العالم من حولى
إسم الدرس	مع الطبيعة			الدرس	٧

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يمارس انشطة التوازن مثل الوثب مع الجرى ثم الهبوط على قدم واحده
٢	يشارك زملاءه فى اداء انشطه ومهارات حركية مختلفه – يميزبين البيئه النظيفة والبيئة غير النظيفة
٣	يتقبل النصر والهزيمه (الروح الرياضية)

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	حبال - كرات ملونه مختلفه - مكعبات - زجاجات فارغة اوزجاجات خشبية
	الإحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** وقوف الاطفال انتشار حر ومع كل طفل كره بمصاحبة موسيقى ملائمه اداء التمرينات الاتيه مسك الكرة والرمى لاعلى واللقف (١-٤) ثم الدوران الى الخلف والرمى واللقف (٥-٨) - مسك الكرة باليدين مع ميل الجذع يمينا ويسارا (١-٨) - مسك الكرة باليدين ثم ميل الجذع اماما وخلفا (١-٨) - مسك الكرة امام الجسم ثم اداء توقيت فى المكان سريع (١-٨)	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**رحلة الى الطبيعة** : قبل بدء النشاط وزع عدد من الزجاجات البلاستيكيه الفارغة وبعض المكعبات على الاطفال - اطلب من الاطفال المشى الصحيح للامام عدة خطوات - واثناء المشى وجدو زجاجات فارغة فى ارض الفناء فاخبرهم المعلم بعمل مسابقة لجمع الزجاجات - اطلب من الاطفال جمع ما على ارض الفناء من زجاجات ومعكبات – عمل مسابقة البولينج بالتصويب على الزجاجات بعد ملئها بالرمال - مسابقة لتكوين شكل هرمى بالعلب الفارغة	
	النشاط الثانى	**المشى على الحبل**: جهز الادوات اللازمة لبدء النشاط وضع حبل طويل على الارض - يبدا النشاط بان يقوم الاطفال بعبور هذا البحر للشاطى الاخر بالمشى.على الحبل للجانب الاخر –المشى. بسرعة فوق الحبل دون انزلاق القدم من على الحبل – تكرر اللعبة من خلال مسابقة بين الاطفال	
	النشاط الثالث	**نقطة المياه** : اطلب من اطفالك الجرى فى قطار حول الملعب مع الغناء : تك تك تك مين بيدق الباب انا نقطة الميه افتحوا يا احباب اهلا اهلا يا ميه دا انت حياة بشرية حزرو فزرو هقول اي قولى لنا يا ميه ح تقولى اي اقفل ديما الحنفيه اوعى تسبها تنقط ميه واواعى تلوث نهر النيل انت كده بتأذى الملايين عاوزين تبقى بلانا جميله عاوزين تبقى حياتنا امان	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

المستوى	رياض الاطفال	الاسبوع	الثامن	المحور	العالم من حولى
إسم الدرس	الطائر المتزن			الدرس	٨

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يمارس انشطه التوازن مثل الوثب مع الجرى ثم الهبوط على القدمين
٢	يتعرف بعض مفردات الحركات الاساسية مثل الاتجاه فى الحركه اماما خلفا جانبا
٣	يتعاون مع زملائه فى اداء انشطه ومهارات حركية مختلفة

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	كرات ملونه - عصى ملونه - صناديق ملونه – اقماع او رماح ملونه بلاستيكيه - كرات طبيه - صولجانات ملونه)
	الاحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** مساعدة الاطفال جهز الفناء والادوات اللازمه للحصة - الاحماء مع الموسيقى وعمل حركات سريعه من (المشى – الجرى الوثب - الحجل - الزحلقة) - الجرى كل اثنين معا ثم ٣ ثم ٤ طبقا لتوجيهاتك - الجرى فى اتجاهات مختلفة يمين يسار للامام للخلف	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**قلد المرآه :** وقوف فتحا ثنى الجذع اماما اسفل تشبيك اليدين معا على شكل خرطوم الفيل المشى.ببطء مع الاحتفاظ باستقامه الرجلين (وقوف - وثب العصا) الوثب لاعلى مع الهبوط على القدمين مع ثم على قدم واحده (جلوس الذراعين خلفا) الوثب للامام فى دائرة ثم فى خط (وقوف) الوثب جانبا مع فتح وضم القدمين وتبادل رفع وخفض الذراعين	
	النشاط الثانى	**المضرب والبالون :** ارسم خطين لبداية اللعب (خط بداية ونهاية) - قسم الاطفال الى مجموعتين متقابلتين ومع كل مجموعة مضربا وبالونا - اطلب من الاطفال على التوالى ضرب البالون ودفعه من خط البداية الى خط النهايه دون ان يسقط البالون على الارض - يخرج الطفل الذى يسقط بالونه على الارض دون ان يتجاوز خط النهايه	
	النشاط الثالث	**الجرى الزجزاجى :** ارسم خط بداية مع وضع مجموعة من الاقماع على شكل اربعة قاطرات بطول الملعب - تكوين الاطفال اربعة قاطرات متساويى العدد على ان يقف كل قاطرة اما م الاقماع – عند سماع الطفل الاول الاشارة عليه الجرى بين الاقماع ثم العوده بالجرى السريع للعوده لنهاية قاطرته – عند وصول الطفل الاول يقوم الطفل الثانى لاداء نفس الامرين ويكرر الاداء على باقى الاطفال	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

الصف	رياض الاطفال	الاسبوع	التاسع	المحور	العالم من حولى
إسم الدرس	عالمى الصغير			الدرس	٩

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يؤدى انشطه حركية متنوعة تعبر عن الحيوانات والطيور والنباتات والفاكهه
٢	يتعرف قيمة الوجبة الغذائية المتكامله – يتعرف بعض مفردات الحركات الاساسية مثل الاتجاه فى الحركة امام وخلف
٣	يؤدى بعض انماط المهارات الحركية بطلاقة - يتعاون مع زملاءه فى اداء انشطه ومهارات حركية مختلفة

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	كرات ملونه - عصى ملونه - صناديق ملونه - اقماع او رماح ملونه بلاستيكيه - كرات طبيه - صولجانات ملونه
	الاحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** بمساعدة الاطفال جهز الفناء والادوات اللازمه للحصه - الجرى عند سماع الصفارة (الوقوف) ويقلد كل تلميذ اى حيوان (صوت او حركه - الجرى مع تقليد السيارات - الجرى حول الملعب مع تقليد العصافير	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**الغذاء المفيد** تقسيم الاطفال الى ثلاث مجموعات كل مجموعة اربع اطفال المجموعة الاولى (البروتين) يقوم كل طفل فى المجموعة بتقديم نفسه ويقول (انا السمك) (انا اللبن) (انا اللحم) وهكذا - المجموعة الثانية (النشويات) يقوم الطفل (انا المكرونه) انا (الخبز) (انا البسبوسه) والمجموعة الثلاثة (الفيتامينات) يقوم الطفل بتقديم نفسه ويقول (انا البرتقال) (انا الجزر) (أنا الجوافه) وهكذا	
	النشاط الثانى	**الديك ديكان :** وقوف الاطفال فى انتشار حر لسماع قصه الديك وتقليد ما يقوم بادائه : يستيقظ الديك ويقوم باداء تمرينات الصباح على ايقاع موسيقى سريع وتقليد الديك برشاقه عن طريق المشى على اطراف الاصابع - الجرى مع فرد الجناحين وتقليد صوت الديك - تقليد الديك حيث يحجل داخل وخارج الاطواق بالقدمين – يجرى الديك ويذهب ليلعب على الشاطئ - تقليد امواج البحر بالوثب فى المكان	
	النشاط الثالث	**شمس قمر نجوم :** ارسم ثلاثة دوائر كبيرة – قسم الاطفال لثلاث مجموعات على ان تحمل كل مجموعة اسم من الاسماء مجموعة الشمس - مجموعة القمر – مجموعة النجوم) اطلب من الاطفال بان من يسمع اسم مجموعته يقوم بالجرى بسرعة والدخول داخل دائرته	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

المستوى	رياض الاطفال	الاسبوع	العاشر	المحور	العالم من حولى
إسم الدرس	البيئة من حولى			الدرس	١٠

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يؤدى انشطه متنوعة تحقق التآزر الحس حركى
٢	يسلك سلوكا يدل على انتمائه وتقبله للافراد الاخرين من حوله (معلم - زميل)
٣	يؤدى أنشطه حركيه متنوعة تعبرعن الفصول الاربعه

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	اطواق - كرات مختلفة الالوان - عصا - اشرطه - مكعبات - مجسمات
	الاحماء	**تدريبات متنوعه للاحماء :** بمساعدة الاطفال جهز الفناء والادوات الازمه للحصه : الجرى والمشى مع الايقاع - الجرى لنقل الكرات من جانب الملعب الى الجانب الاخر - المشى.للمس الحائط باليد ثم العوده جرى ليلحق كل طفل احد الكرات الموجوده بالجانب الاخر - اللعب الحر بالكرات	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**الكور الملونه:** وقوف الاطفال فى قاطرات خلف الكور الملونه وكل قاطرة بلون وبينهما مسافة مناسبه - يرفع اليد اليمنى والجرى حول قاطره الكرات والرجوع للقاطرة - يكرر نفس التمرين باليد اليسرى - يكرر نفس التمرين فى شكل زجزاجى بين الكرات	
	النشاط الثانى	**صيد الحمام :** قسم الاطفال الى مجموعتين - محموعه منهم داخل دائرة كبيرة ويمثل الحمام - والمجموعة الثانية تنتشر حول الدائرة وتمثل الصيادين - يبدأ اللعب بان يصوب الصيادون كرة صغيره وخفيفة على ارجل الحمام داخل الدائرة - من يصاب من الحمام فى قدمه ينضم الى الصيادين الى ان يبقى اخر الحمام	
	النشاط الثالث	**الصيف والشتاء :** جهز نماذج لصور ملصقه على ورق مقوى لما يميز فصل الصيف والشتاء من كوفيه وشال وجاكيت وفواكه الشتاء والصيف - قم بتحديد خطى بداية ونهايه النشاط - قسم الاطفال لقاطرتين قاطرة باسم الصيف واخرى باسم الشتاء ويقف كل قاطرة خلف خط البدايه وامام كل قاطرة صندوق به النماذج التى قمت بتجهيزها وبجواره صندوق فارغ - اطلب من المجموعتين ان تضع كل منهما فى صندوقه الفارغ مالتماذج الداله على اسمه - القاطرة التى تنقل نماذجها قبل الاخرى هى الفائزة	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

الصف	رياض الاطفال	الاسبوع	الحادى عشر	المحور	العالم من حولى
إسم الدرس	مهننا الجميله			الدرس	١١

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يمارس انشطة التوازن مثل (الوثب مع الجرى ثم الهبوط على القدمين - الهبوط على قدم واحده
٢	يظهر قدرته على تحمل المسئوليه وقيادته لفريق العمل - يشارك فى اعمال تطوعيه مثل نظافة الفصل - الفناء
٣	يحدد مصادر الخطر التى يتعرض لها خارج الروضه اثناء ممارسة النشاط الحركى

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس - حصر الغياب	كرات ملونه - عصى ملونه - صناديق ملونه - اقماع او رماح - كرات طبيه - صولجانات
	الاحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** بمساعدة الاطفال جهز الفناء والادوات اللازمه للصحه - المشى والجرى مع الايقاع فى اتجاهات حره وعند الاشارة كل طفلين عمل دائرة - المشى حول مربع المقاعد السويديه وعند الاشارة الجلوس على المقعد - الوثب لاعلى اكبرمن عدد المرات - المشى فى قاطرات كل قاطره حول مقعد سويدى ثم يكرر بالجرى وذلك على ايقاع بطئ وسريع	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**التدريبات الشقيه :** توضع مجموعة من الاطارات لاداء الانشطه التاليه (الوقوف) المشى فى المكان اربع خطوات ثم التصفيق اربع عدات ويكرر (٤مرات) - (الوقوف) ميزان عالى بالسند على الاطار (الوقوف – المد عرضا) محاولة المشى الجانبى على حافة الاطار	
	النشاط الثانى	**المهن :** قسم الاطفال لعدة مجموعات كل مجموعة تسمى باسم صاحب مهنه - وقوف الاطفال فى مجموعات كل مجموعة فى جانب مختلف فى الملعب - نادِ على اسم مهنه من المهن ليقوم اطفال هذه المهنه بتقليد صاحبها – سير بهؤلاء الاطفال وانتقل لركن اخر ومهنه اخرى وهكذا حتى يمشى.الجميع خلفك - اكد على الاطفال ضرورة واهميه هذه المهن فى حياتنا	
	النشاط الثالث	**ارض - هواء - ماء :** يجلس الاطفال فى دائرة وحدد منهم قائد - اطلب منه ان يشير على احد زملائه ويقول له احد الكلمات هواء ماء ارض ولتكن مثلا ارض وعلى الطفل المشار اليه بالعصا ان يذكر اسم طائر او حيوان يمشى على الارض وهكذا ويكرر الاداء مع تبادل دور القائد بين الاطفال	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخـــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات

تحضير دروس التربية الرياضية لمرحلة رياض الاطفال

المستوى	رياض الاطفال	الاسبوع	الثانى عشر	المحور	العالم من حولى
إسم الدرس	نحن المتفوقون (تقييم)			الدرس	١٢

نواتج التعلم : فى نهاية هذا الدرس يتوقع ان يكون التلميذ قادر على أن

١	يؤدى نشاط مركب يقيس بعض المهارات الحركية لهذا المحور
٢	يؤدى حركات اساسية متنوعة لتمثيل ادوار مختلفة
٣	يظهر قدرته على تحمل المسئوليه وقيادته لفريق العمل

اجزاء الدرس		إجراءات التنفيذ	الأدوات
الجزء التمهيدى (١٠ ق)	اداري	النزول بنظام إلى الملعب – تغير الملابس – حصر الغياب	كرات ملونه - عصى ملونه - صناديق ملونه - اقماع ملونه - كرات طبيه - صولجانات ملونه
	الاحماء	**تدريبات متنوعة للاحماء :** بمساعدة الاطفال جهز الفناء والادوات اللازمة للحصه .. المشى والجرى مع الايقاع فى اتجاهات حره وعند الاشارة كل طفلين عمل دائرة - المشى حول مربع المقاعد السويديه وعند اشارة الجلوس على المقعد – الوثب لاعلى اكبر من عدد المرات - المشى فى قاطرات كل قاطره حول مقعد سويدى ثم يكرر بالجرى وذلك على ايقاع بطئ والتصفيق والدبدبه بالرجلين	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	**جو بر بحر :** قسم الاطفال الى مجموعات وكل مجموعة تتكون من ١٠ اطفال - وقوف الاطفال فى شكل دائرة كل طفل امامه طوق على الارض - عند سماع اشارة البدء يقوم كل طفل بالوقوف داخل الطوق – عندما تقول كلمة (بر) يقوم الاطفال بالجرى السريع حول الدائرة من الخارج وعندما نقول (بحر) يقوم الاطفال بالوثب داخل الطوق ثم الحجل على قدم واحده بدون الخروج من الطوق ويكرر حتى نهاية زمن النشاط	
	النشاط الثانى	**القطار والطيارة :** قسم الاطفال الى فريقين كل فريق مكون من ١٠ اطفال الفريق الاول ياخذ اسم قطار والفريق الثانى ياخذ اسم طيارة – يقف الفريقين فى صف عند سماع الاشارة يقوم القريق الاول (القطار) بالمشى. على خط مرسوم على الارض – عمل دحرجه امامية ٣ مرات ثم الرجوع والوقوف فى ترتيبه - الفريق الثانى (الطيارة) يمشى على المقعد الخشبى ثم الحجل فى الاطواق الموضوعه امام المقعد ثم الرجوع والوقوف فى ترتيبه الفريق الفائز هو الذى ينتهى من عمله اولا	
	النشاط الثالث	**حديقة الحيوان :** اطلب من الاطفال الجلوس على اربع وثنى الرأس اماما والتفكير فى رحلة قاموا بها – يجلس الاطفال على المقعد الخشبى ويحاول تحريك اقدامهم بالتبادل – تقليد حركات الحيوانات – مثل (ارنب) القفز - (حصان) جرى – (ضفدعه) وثب - (بجعه) حجل - (سلحفاه) مشىء بطئ	
الجزء الختامى (٢٠ق)		تمارين تهدئة – الاصطفاف لأداء التحية - الانصراف الى الفصل بهدوء ونظام .	

تشكيلات وإخراج الدرس

اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب	اليوم والتاريخ	الفصل	الحصة	القوة	حاضر	غياب

أجزاء الدرس		الاخــــــــــــــــــراج
الجزء التمهيدى (٢٠ ق)	الاحماء	
الجزء الرئيسي (٥٠ ق)	النشاط الاول	
	النشاط الثانى	
	النشاط الثالث	
الجزء الختامى (٢٠ق)		

تقيم الدرس	يقترب من التوقعات	يلبى التوقعات	يفوق التوقعات